

派遣活動を終えて

雲仙市では、長崎県や島原市、南島原市などと合同の支援チームの一員として職員を派遣し、東日本大震災の被災地である岩手県陸前高田市において、救援物資の荷さばきや避難所の運営支援などを行いました。今回は、岩手県への派遣活動を体験した市職員の感想を紹介します。（右の写真は、被災地の様子）



第1陣
愛野総合支所
市民生活課
芦塚 晃 主査

第1陣は、長崎県として岩手県陸前高田市で初めての支援でした。初日、現地へ向かう車内でミーティングをしていると、窓から被災地が見えてきました。そこは、海からかなり離れた場所でしたが、海岸まで建物はほとんど見えず、壊れた自動車やがれきが一面広がっており、被害規模の大きさに言葉が出ませんでした。到着後、救援物資の集積場である学校体育館で作業を開始。作業内容は、救援物資の仕分けと仮設住宅への毛布やシーツの搬入でした。救援物資は、市内の小・中学校の体育館を埋め尽くしており、中でも衣類は、冬服や下着類など、余っている物もある一方で、要望の多い喪服や普段着などは、ほとんどありませんでした。ほかにも、要望に答えられなかったことが多々あり、支援の難しさを感じました。



第2陣
建設整備部
道路河川課
平 大輔 主事

避難所では、共同で自炊をしながら、2000人が生活されていましたが、震災から2カ月経過していたこともあつてか、笑顔で話しかけていただきました。主に、仮診療所の受付を行いました。高齢の患者さんがほとんどで、常用薬を必要とする人が多数おられました。また、私事ですが、災害派遣中に祖父が急逝したことが、震災により、前触れもなく、家族どころか財産まで奪われてしまった人たちの心情と重なり、少しでも気が晴れればと、あいさつをし、話しかけるようにしました。救援物資やボランティアの数が少なくなってきたことと、被災したこと、被災した皆さんの願いである「私たちのこと、震災のことを忘れないでほしい」という言葉が忘れられません。今後も、自分で出来る範囲で復興に携わっていきたいと思っています。



第3陣
市民福祉部
福祉課
小田 暁久 主事補

主に、診療所の受付を行いました。患者さんの多くは、心身ともに弱っており、初めはどう接したら良いか分からず、戸惑いました。しかし、患者さんの方から「遠いところから、ありがとうね」と、笑顔で声をかけていただき、自然と話すことができるようになりました。

また、世界各地から救援物資が寄せられており、支援の輪が世界に広がっていることを実感しました。しかし、仕分けされていない物資も多く、仕分作業が予想以上に困難であるという現状にも直面しました。

短い期間ながら、被災地に実際に立ち、そこで生活する被災者の言葉の重さや、言葉にならない想いなどを強く感じました。そして何より、復興への前向きな気持ちや意欲を感じ、私も微力ながら、その手助けができたことを嬉しく思います。

お礼状をいただきました。市農業振興協議会が主体となり、長崎県大目流し網協会のボランティアによる全面協力を受け、馬鈴薯などの農産物を中心とした救援物資を届けた、気仙沼市からお礼状が届きました。

菅原茂気仙沼市長からは、物資や激励に対するお礼とともに、震災の様子や当時の心境、現在の様子なども書かれており、最後には、「皆様から頂戴した御厚情を胸に、決してあきらめることなく、『人と自然が輝く 食彩豊かなまち 気仙沼』が復興するその日まで、市民・丸となり取り組んで参る覚悟であります」と、力強い言葉が添えられていました。

また、佐藤亮輔気仙沼漁協代表理事組合長から頂いたお礼状にも、物資や励ましの言葉などに対するお礼文に加え、「現在、当地域では気仙沼魚市場の6月中の水揚げ再開に向けて、関係者一丸となつて復旧作業にあたっております」とのご報告がありました。ご多忙な中でのご連絡に感

雲仙市における 東日本大震災被災地への支援などの取り組み

雲仙市緊急支援本部庶務【政策企画課内】☎38-3111
義援金に関する問い合わせ:福祉課 ☎36-2500

3月14日

東北地方太平洋沖地震雲仙市緊急支援本部を設置しました。

3月14日

東北地方太平洋沖地震義援金の募集を開始しました。

3月17日

被災地へ、雲仙市の備蓄品を発送しました。

【毛布200枚、水(2リットル入ペットボトル)360本】

3月22日

被災された皆さまを、雲仙市に受け入れるための施設を確保しました。

第1次受け入れとして、市内の旅館・ホテル関係者などの皆さまのご協力のもと、雲仙市内のホテルや旅館などを確保しました。

3月28日

雲仙市を含む長崎県市長会から義援金を贈りました。

特に甚大な被害を受けた福島県、宮城県、岩手県の東北3県に対し、県市長会において義援金1,500万円を贈ることが決定され、雲仙市からは、その内742,488円が贈られました。

3月30日

皆さまからお預かりした救援物資を搬送しました。(第1次受付分)

【受付件数592件、ダンボール箱737箱分】

4月22日

皆さまからお預かりした救援物資を搬送しました。(第2次受付分)

【受付件数27件、ダンボール箱17箱分】

4月24日～5月8日

岩手県陸前高田市へ、市職員3人を派遣しました。(第1陣)

5月2日

皆さまからお預かりした義援金の累計は、10,868,504円となりました。【義援金の中間報告(第1回)4月末集計分】

5月6日～20日

岩手県陸前高田市へ、市職員3人を派遣しました。(第2陣)

5月10日

福島県国見町に対し、見舞金を寄贈しました。

平成3年の雲仙普賢岳災害のときに、旧国見町において交流を行っていた福島県国見町から見舞金を頂いていました。その感謝とご恩返しを表するとともに、被災地である福島県国見町の皆さまの救援と復興支援のため、市から見舞金50万円を寄贈しました。

5月17日

被災地へ農産物を届けました。

雲仙市農業振興協議会が主体となり、長崎県大目流し網協会による物資の輸送ボランティアによって、被災地である宮城県気仙沼市に、馬鈴薯など約33トンの農産物が届けられました。また併せて、雲仙市商工会からも、生活用品など数多くの物資が、被災地の皆さまに届けられました。

5月18日～6月1日

岩手県陸前高田市へ、市職員3人を派遣しました。(第3陣)

6月1日

皆さまからお預かりした義援金の累計は、12,788,174円となりました。【義援金の中間報告(第2回)5月末集計分】

6月15日～21日

福島県二本松市へ、保健師ら市職員3人を派遣しました。(第4陣)

6月20日～26日

福島県二本松市へ、保健師ら市職員3人を派遣しました。(第5陣)

東日本大震災復興緊急保証制度

この制度は、東日本大震災により、直接または間接被害を受け、事業活動に支障が生じている中小企業者を対象として、既存の制度に加えて保証の別枠化を行うものです。内容は、市の認定を受けた中小企業者は、金融機関から融資を受ける際に、一般保証とは別枠で、無担保保証で8千万円、普通保証で2億円の信用保証協会の100%保証を受けることができます。

問い合わせ
商工労政課(☎38-3111)

(ただし、市の認定とは別に、保証協会や金融機関による金融上の審査があり、その結果ご希望にそえない場合があります)
申請には、申請書と理由書、売上高などが確認できるものが必要となります。詳しくは、お問い合わせください。

節電を心がけましょう

東日本大震災の余波により、全国的に電力不足が懸念されています。

市民一人ひとりが、節電を心がけましょう。

【取り組みの一例】

○こまめにスイッチオフ

不必要な照明はこまめに消しましょう。

見ないテレビはこまめに消しましょう。

○エアコンで節電

カーテンなどで窓からの熱の出入りを防ぎましょう。

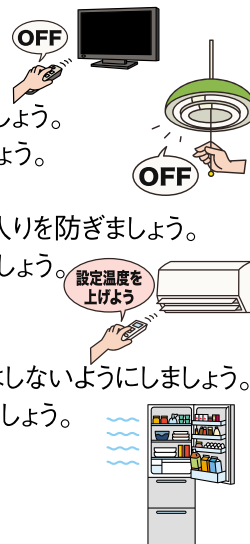
フィルターの掃除はこまめにしましょう。

室温は28℃を心がけましょう。

○冷蔵庫で節電

開ける時間を短く、余分な開閉はしないようにしましょう。

物を詰め込みすぎないようにしましょう。



【問い合わせ】

環境政策課(☎38-3111)



目録を受け取る菅原市長(左)と佐藤組長(中央)

謝申し上げるとともに、一日も早い復興を心からお祈りいたします。



第6回 雲仙市ジュニア スポーツ大会結果



雲仙市ジュニアスポーツ大会が、4月29日～5月1日まで行われ、市内外から参加したチームが熱戦を繰り広げました。雲仙市から参加したチームや個人の成績をお知らせします。(敬称略)

サッカー

優勝 雲仙愛野 FC U-12A
準優勝 千々石少年サッカークラブ
3 位 雲仙愛野 FC U-12B

ソフトテニス

団体男子

優勝 国見中学校
準優勝 千々石中学校
3 位 瑞穂中学校

団体女子

優勝 国見中学校
準優勝 千々石中学校
3 位 瑞穂中学校

男子ダブルス

優勝 堀田拓夢・杉野龍斗
(国見中)
準優勝 酒井 響・櫻田亮太
(国見中)
3 位 鯨津佑剛・陣野愁平
(国見中)
" 伊達龍成・松下拓海
(国見中)

女子ダブルス

優勝 酒井麻歩・坂本愛咲美
(国見中)
準優勝 江川志穂・平満 桜
(瑞穂中)
3 位 古賀杏奈・嶺 佳奈
(吾妻中)
" 柴田真結・木原千晶
(国見中)

ソフトボール

優勝 桑鶴ジャガーズ
準優勝 多比良少年ソフトクラブ
3 位 神代少年ソフトボールクラブ

卓球

女子シングルス

優勝 前森 風花(小浜)
3 位 林田 万取(小浜)

軟式野球

優勝 国見中学校
3 位 吾妻中学校

柔道

中学生団体

3 位 吾妻中学校

ミニバスケットボール

男子

3 位 小浜ミニバスケットクラブ男子
" 愛野男子 A

女子

優勝 鶴田クラブ
準優勝 愛野女子 A
第3位 多比良小学校女子
" 小浜ミニバスケットクラブ女子

たまごクラス

優勝 鶴田ミニたまご
準優勝 愛野男子 B
3 位 多比良エッグスター
" 愛野女子 B

バレーボール

小学生男子

3 位 小浜諏訪

小学生女子 A

優勝 千々石

小学校女子 B

準優勝 愛野 B
3 位 小浜諏訪 B
" 木指

中学生男子

優勝 南串中学校
準優勝 吾妻中学校

中学生女子

優勝 小浜中学校
準優勝 国見中学校
3 位 千々石中学校
" 南串中学校

剣道

小学生団体(低学年)

準優勝 吾妻心錬館
3 位 愛野少年剣道部

小学生団体(高学年)

準優勝 愛野少年剣道部

中学生団体

準優勝 神代眞古館

小学生個人(低学年)

優勝 山口菜々実
(愛野少年剣道部)
準優勝 金丸 大地(")
3 位 三浦 悟瑠(")
" 荒木 啓(")



市民講座「UNZEN」～『自分づくり』『仲間づくり』を始めませんか！

どこの地区でもいくつか!! 興味のある講座・教室へ申し込んでください。個人で、あるいは仲間とともに、楽しく学びましょう♪申し込みの受け付けは、期間内の平日午前9時～午後5時まで。応募多数の場合は、抽選となります。

夢をカタチにしてみたい… 「起業入門セミナー」～起業家に習ういろいろ～

起業に興味がある人、大募集！県内で活躍中のかたを講師に、起業について習います。

【日時、内容】

① 8 / 7(日) 13:00～16:00

「起業するって??？」

② 9 / 10(土) 13:00～16:00

「cafe 体験…フレッシュジュースと珈琲、スイーツ作り」

③ 10 / 17(月) 13:00～16:00

「革小物作り体験～自分だけの小銭入れ作り～」

④ 11 / 19(土) 13:00～16:00

「布小物作り体験～秋冬用のコサージュ作り～」

⑤ 12 / 3(土) 13:00～15:00

「写真撮影体験～身近にあるものでよりキレイに～」

⑥ 1 / 22(日) 13:00～16:00

「起業することをより具体的に！」

①・⑥のみの参加もOK。託児あり(申し込みの際に連絡を)

【場所】国見農村環境改善センター

【対象】一般

【講師】宮下由美子氏(HAPPY PAN)、田浦信之介氏
(移動カフェ humcafe)、宮田絵利子氏(bula)、
廣瀬智子氏、立石潤一氏(昭和写真館)

【費用】9月:1,500円、10月:1,500円、11月:1,000円

【持参品】決定の際にお知らせします。

【申込期間】7 / 8(金)～7 / 29(金)

【申込先】生涯学習課国見駐在 ☎78-1100

定員15人

定員15人

「アコースティックギター講座」

簡単なコードからマスターして、1曲仕上げます。

【日時】7 / 19、26、8 / 9、23、30(全5回、火曜日)
19:30～21:30

【場所】愛野町公民館

【対象】一般

【講師】吉田時彦氏

【費用】無料

【持参品】ギター(持っていない人にはお貸しします)

【申込期間】7 / 4(月)～7 / 15(金)

【申込先】生涯学習課愛野駐在 ☎36-0616

初心者のためのパソコン講座

キーボード操作から始める初心者のためのパソコン基礎講座。画像処理について学び、最終的には年賀状を作成します。

【日時】9 / 16(金)、20(火)、22(木)、27(火)、30(金)
(全5回) 19:00～21:00

【場所】小浜高校 パソコン室

【対象】一般

【講師】小浜高校教諭

【費用】初回のみ1,000円(資料代)

【持参品】筆記用具

【申込期間】7 / 19(火)～8 / 19(金)

【申込先】〒854-0595 雲仙市小浜町北野623番地
小浜高校 パソコン講座あて
往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、上記へ送付してください。(詳しくは、小浜高校 ☎74-4114まで)

定員30人

「聞いて！作って！勉強して!!」

【日時、内容】

① 7 / 30(土) 13:30～15:30

正月、節分、ひな祭り、端午の節句、お盆など
なじみの深い年中行事やまつりを知ろう！

② 8 / 4(木) 13:00～16:00

粘土細工に挑戦しよう！

③ 9 / 26(月) 10:00～14:00

味噌の仕込みと郷土料理(1日目)

④ 9 / 28(水) 10:00～14:00

味噌の仕込みと郷土料理(2日目)

⑤ 10 / 15(土) 13:30～15:30

放射線・原子力発電を知ろう！

放射線って？原子力発電はどうなってるの？

【場所】国見農村環境改善センター

【対象】一般

【費用】1,600円程度(初回に徴収)

【持参品】初回は筆記用具のみ(後の回については、
初回でお知らせします)

【申込期間】7 / 8(金)～7 / 22(金)

【申込先】生涯学習課国見駐在 ☎78-1100



まちの話題

My Town Topics

過 おばまじゃがいも掘り体験ツアー in 雲仙 去最高のにぎわい

5月15日、小浜町山畑地区の畑で、「第13回 おばまじゃがいも掘り体験ツアー in 雲仙」が行われ、過去最多の150人の参加者が集まりました。

この日は晴天に恵まれ、家族やグループで参加した皆さんは暖かい陽気の中、たくさんの汗を流しながらじゃがいもを掘り出しました。1グループに1つのダンボール箱(10kg)があらかじめ準備されていましたが、皆さん箱を追加。中には6箱も抱えて帰るグループもありました。

じゃがいも掘り体験の後は、じゃがいもを使った料理が振る舞われました。「美味しいね」「これ、家でも作りたいね」などと会話が弾み、皆さん楽しそうに食事を進めていました。口いっぱいじゃがいもをほお張った子どもたちの笑顔が、今回のツアーの最高の『収穫』だったようです。



みんなであつという間に掘り出しました



あれもこれもそれも食べたーい！

食 田植え体験学習 べ物の大切さと作ることの大変さを学ぶ

5月7日と28日、千々石町上岳地区の棚田で、調理師専門学校学生(長崎市の川島学園)5人が田植え体験を行いました。これは、千々石町農業研究会のメンバーが中心となり、農業者とふれあいながら食材がどのように生産されるか学んでもらうこと、米の消費拡大を目的として共同で実施したもので、今年で3年目を迎えます。

多くの学生が初めて素足で水田に入るとあって、「冷たい!」「うわっ、滑る!」などと声が上がりましたが、ぬかるむ足元と格闘しながら一本一本丁寧に植えていきました。

今後、夏と秋に除草と稲刈りも共同で行われる予定です。



横一列に並び田植えをする学生たち

全力を尽くしました

第8回長崎県ねんりんピック

5月14日、長崎市かきどまり運動公園を主会場に県ねんりんピックが開かれました。この大会は県内最大の高齢者のスポーツ交流大会で、雲仙市からは87人の選手が参加。その中で、ソフトバレーボールに出場した「雲仙がまだすB」チームは準優勝に輝きました。来年は、さらに全国での活躍が期待されます。



雲仙市選手団の入場です

100回目のハッピーバースデー♪

吉田さんに100歳のお祝い

5月11日に吉田トミコさん(国見町)が、100歳を迎えられ、酒井市民福祉部長からお祝いの言葉が述べられました。トミコさんの元気の秘訣は、毎日の散歩なんだそうです。どうぞこれからも健康で長生きされ、幸せにお過ごしください。



毎日の散歩で明るく元気です

パパ、ママになる日 もうすぐです

雲仙市パパママひろば

5月28日、パパママひろばが開かれました。この事業は市が行っており、赤ちゃんをお風呂に入れる実習をしたり、妊娠中の不安や疑問にお答えしたりしています。この日妊婦体験をしたパパからは、「妊婦さんは大変だね。」という言葉が聞かれました。

今回は、8月20日に開く予定です。初めて出産を迎える人はもちろん、2人目、3人目の人など、たくさんご参加ください。



ママ同士の意見交換も活発に行われました

貴重な歴史遺産を後世に伝えたい

雲仙市の歴史を学ぶ会 設立総会

6月5日、雲仙の歴史を学ぶ会の設立総会がありました。この会は、市内各町で活動している史談会などの6団体と、郷土の歴史を研究している皆さんが、地域に伝わる貴重な歴史遺産を後世に伝えていきたいと設立。

この日は、「島原半島の考古学 - 人と海と山と - 」と題し、活水女子大学 下川達彌教授の記念講演があり、参加者は興味深く聞き入りました。



下川教授による記念講演

こころの健康づくり 自殺対策 講演会

人生に笑いを 心に栄養を

現代、ストレス社会といわれ、うつ病に悩む人が急増しています。治療をせずに放置・進行させてしまい悪化すると、最悪の場合、自ら死を選んでしまうことも…。うつ病は社会全体の問題ととらえ、対策や支援をしていく必要があります。

こころの健康への関心と理解を深めるため、講演会に参加してみませんか。



講師

三遊亭 円楽 (さんゆうてい えんらく)

青山学院大学在学中、師匠・5代目圓楽の目に留まり、入門時から将来を嘱望され、若手ながら「笑点」大喜利レギュラーメンバーに抜擢。アメリカンM & N大学で博士号を取得するインテリ落語家。

講演では、長年培ってきた笑いとストレス・健康法などをテーマに、現代日本社会の抱える問題や人間関係、心の健康増進について語る。笑いの絶えないテンポの良さが、年齢問わず大人気。

日時 **8月28日** (日)

開場 13:00 ~ / 開演 13:30 ~ / 講演 14:00 ~

会場 **ハマユリックスホール**

参加費 **無料**

整理券配布場所 国見町文化会館、瑞穂町公民館、吾妻町ふるさと会館、市役所健康づくり課、愛野町公民館、教育委員会生涯学習課（千々石庁舎）生涯学習課小浜駐在（小浜総合支所）ハマユリックスホール

小学生以下お子さまの入場は、ご遠慮くださいますようお願いいたします。

整理券の配布は、

7月11日(月) から！

■問い合わせ 健康づくり課 ☎ 38-31111

デュオプリマコンサート

本格的なクラシック音楽を楽しめるコンサート。
ヴァイオリンとピアノの華麗なる競演を、心ゆくまでお楽しみください。

日時 9月10日(土) 18:30 開演

場所 国見町文化会館

チケット 全席自由 一般 1,500円 高校生以下500円

出演 デュオプリマ(ヴァイオリン)
佐藤勝重(ピアノ)



雲仙市図書館夏休みイベントへGO→

雲仙市図書館(国見町)では、夏休み期間中にいろんなイベントを行います。
ぜひ遊びに来てください!



昨年のイベントの様子

▶申し込み・問い合わせ 雲仙市図書館(78-3977)午前10時~午後6時

暑中見舞いはがきを出そう

暑中見舞いのはがきを描いて、友だちや家族に送ろう。

【日 時】 7月30日(土) 10:30~11:30

【対 象】 小学生

【定 員】 20人

【費 用】 150円(はがき2枚代を含む)

【持参品】 のり、はさみ、タオル

【申込期限】 7月26日(火)

一日図書館員

一日図書館員として図書の貸出や返却、本などの整理などを体験しよう。

【日 時】 8月3日(水)、4日(木)、6日(土)

9:45~14:00

【対 象】 小学校4~6年生

【定 員】 6人(1日2人×3日)

【費 用】 無料

【持参品】 昼食、水筒、タオル

【申込期限】 7月31日(日)

『読書郵便』に応募しよう

読書郵便の作品を描いて応募しよう。

【日 時】 8月9日(火) 13:00~15:00

【対 象】 小学生、中学生、高校生

【費 用】 無料

【持参品】 なし(使い慣れた筆記用具を持ってきたてもOK)

【申込期限】 7月31日(日)

当日参加も歓迎しています。

読書郵便とは、友だちや大切な人に読んでもらいたい本を、はがき形式で紹介したものです。

貯金箱をつくろう

紙ねんどに色をつけて、オリジナルの貯金箱を作ろう。夏休みの工作にもぴったりだよ。

【日 時】 8月10日(水) 10:30~11:30

【対 象】 小学生

【定 員】 20人

【費 用】 150円(材料費)

【持参品】 はさみ、タオル

【申込期限】 7月31日(日)

申込者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

「ワンコインコンサート」「デュオ・リマコンサート」 7月6日(水)よりチケット販売開始!

【問】生涯学習課(☎37-3113)

「ワンコインコンサート」

クラシックやポップスを身近に楽しむカジュアルなコンサート。弦楽四重奏と木管、ピアノのアンサンブルをお気軽にお楽しみいただけます。

日 時 9月9日(金) 19:00開演

場 所 国見町文化会館

チケット 全席自由 500円

出 演 OMURA室内合奏団(弦楽四重奏)

種口敬明、池田祐希(ファゴット) 佐藤勝重(ピアノ)

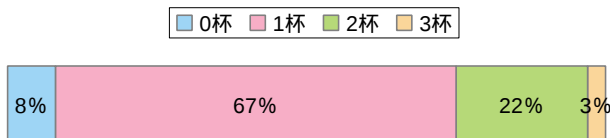


チケットは、吾妻町ふるさと会館ほか、各施設で販売します。詳しくはお問い合わせください。

食事アンケートから見える高血圧と食事の関係

雲仙市には高血圧の人が多く、市では、高血圧対策を行うことが皆さんの健康を守るために大切だと考えています。そこで高血圧と関係が深い食事について、健診の結果説明会などで2,150人の皆さんにアンケートに協力していただきました。

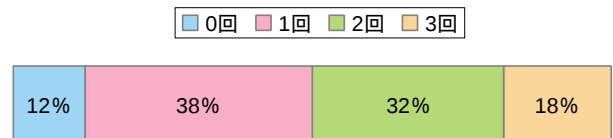
■ みそ汁などの汁物を1日何杯とりますか？



1日1杯とる人が最も多い。年代が高くなるほど2杯以上とる人が多い傾向でした。

1日の塩分の摂取基準は、男性9g未満、女性7.5g未満です。とり過ぎると血圧の上昇につながっていきます。みそ汁1杯あたりの塩分量は約1.5gなので、毎日2杯以上食べていると、塩分の取りすぎにつながります。

■ 漬物などのご飯のお供は1日何回食べますか？



1日1回の人が多い。しかし、70代の多くは1日2回以上と答えていました。

普段何気なく食べているものにも、多くの塩分が含まれています。例えば、梅干(大)には2.2g、たくあん(2切れ)には0.8gの塩分が含まれています。

食べすぎないように気をつけましょう。

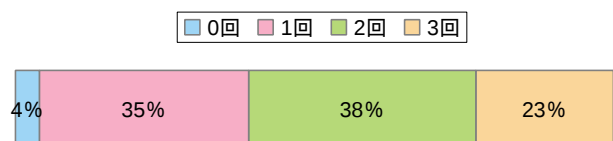
■ 料理の味をみずにしょうゆやソースをかけて食べることがありますか？



かけない人が半数以上でした。かける人は、女性より男性の方が多い傾向が見られました。

まずは味をみて、必要以上にかけすぎないようにしましょう。

■ 野菜のおかずは1日何回食べますか？



1日2回食べる人が多い。40代・50代の男性は、毎食食べていない傾向が見られました。

野菜の1日の摂取目標量350g以上に対し、島原半島の野菜摂取量は平均242gです(H18年度県民健康・栄養調査より)。毎食野菜を食べることから始めてみましょう。

今回のアンケートでは、摂取回数を調べました。

家庭によって1回の摂取量が異なると思いますが、汁物や漬物などは回数だけでなく、食べる量にも気をつけることをお勧めします。また、野菜は血圧を下げる働きのある栄養素を含んでいますので、心がけて食べるようにしましょう。



管理栄養士：木本

雲仙市の健康

特定健診の結果から見える主な特徴

平成22年度の健診結果（4,864人分）を集計し、地区別、年代別、性別などで分析しました。
その中でわかった、主な特徴をお知らせします。

【対象者】特定健診受診者（雲仙市国保に加入する40歳～74歳までの人）

地区別

国見町

20歳時と比べ、体重が10kg以上増加している人(男性)が多い

瑞穂町

毎日飲酒する人(男性)が多い

吾妻町

血圧が高い人が多い

愛野町

寝る前(2時間以内)に夕食をとる人が多い

千々石町

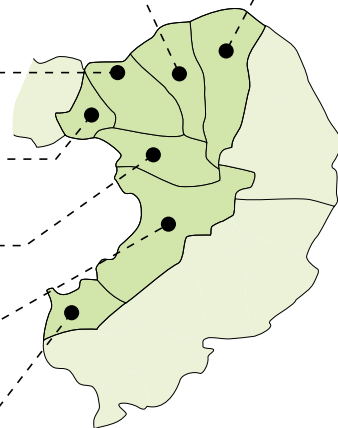
尿酸値が高い人が多い

小浜町

血糖が高い人が多い

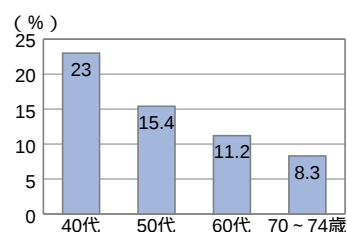
南串山町

夕食後に間食をする人が多い



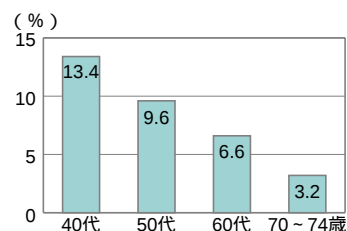
年代別

■ 夕食後に間食する人の割合



若い年代ほど、夕食後に間食をする人の割合が多い。

■ 朝食を食べない人の割合



若い年代ほど、朝食を食べない人の割合が多い。

夕食後の間食は、内臓脂肪の蓄積につながっていきます。また、朝食は1日の活力となるため必要です。

まずは、食事の習慣について振り返ってみることから始めてみましょう。



保健師：森

性別

男性と女性を比べると、次のことが女性より男性に顕著に現れていました。

- タバコを吸う人が多い
- お酒を飲む人が多い
- 20歳の時と比べ、体重が10kg以上増加している人が多い
- 寝る前（2時間以内）に夕食をとる人が多い

皆さんの住んでいる地区の特徴はいかがでしたか？

今回分析した結果をもとに、今後、健康教育などの場で地区の特徴などをお伝えし、皆さんと一緒に健康につながる取り組みを行っていききたいと思います。

7月の集団健診

健診の種類によって対象者や自己負担金などが異なります。
詳しくは、世帯配布の健診のお知らせをご覧ください。

● 特定健診・若年者健診・がん検診など

【受付時間】(午前) 午前 8 時 30 分 ~ 10 時 (午後) 午後 1 時 ~ 2 時 30 分

午前 の日は、胃がん検診と腹部エコー検査も受けることができます。

(今年度は、胃がん検診と腹部エコー検査のみの日程はありません。)

健(検)診の種類	町	実施日	対象地区	会 場
○ 特定健診 ○ 健康診査 ○ 若年者健診 + ○ 結核・肺がん検診 ○ 大腸がん検診 ○ 肝炎ウイルス検査 ○ 前立腺がん検診	愛野	7月1日(金) 午前	愛野 甲地区	愛野町公民館 大講堂
		7月2日(土) 午前	愛野 乙地区	
		7月4日(月) 午後	愛野 甲地区	
		7月5日(火) 午後	愛野 乙地区	
	小浜	7月21日(木) 午後	飛子	飛子公民館
		7月22日(金) 午後	山畑、大亀	J A 北串センター
	南串山	8月4日(木) 午後	二小地区(溜水地区と上木場地区を除く)	南串山 保健福祉センター
		8月5日(金) 午後	一小地区、溜水地区、上木場地区	
		8月6日(土) 午前	鬼池、白頭、板引、門山、檉峰、加例川、井手ノ上、内原、上大良	
		8月8日(月) 午前	妙見、椎木川、新山、溜水、上木場、西浜、水ノ浦、田ノ平	
		8月9日(火) 午前	塚ノ山、中ノ場、坂上奥、谷間川、小竹木	

【対象者】 特定健診(40~74歳までの雲仙市国保加入者) / 健康診査(後期高齢者医療加入者・40歳以上の生活保護受給者) / 若年者健診(20~39歳の人で健診の機会がない人) / 結核・肺がん検診(40歳以上) / 大腸がん検診(20歳以上) / 肝炎ウイルス検査(過去に検査を受けていない40歳以上) / 前立腺がん検診(40歳以上) / 胃がん検診(20歳以上) / 腹部エコー検査(20歳以上)

ただいま実施中

健診会場で、歯科衛生士による歯科相談を無料で行っています。歯ブラシやフロス、歯間ブラシを差し上げていますので、この機会にぜひご相談ください。



● 婦人がん検診

健(検)診の種類	町	実施日	受付時間	会 場
○ 乳がん健診 ○ 子宮がん検診 ○ 骨粗しょう症検診	千々石	8月2日(火) 8月3日(水)	午前 8 時 30 分 ~ 9 時、午後 1 時 ~ 1 時 30 分	千々石 保健センター

【対象者】 乳がん健診(40歳以上) / 子宮がん検診(20歳以上) / 骨粗しょう症検診(40・45・50・55・60・65・70歳)

問い合わせ

- ▶ (特定健診・後期高齢者健診) 市民窓口課国保年金班、長寿医療班 ☎38-3111
- ▶ (がん検診・若年者健診など) 健康づくり課健康推進班 ☎38-3111

あなたにあった

糖尿病予防教室

「わかってはいても、ついつい食べてしまう」「血糖値・HbA1cが高め」...
そんな皆さん! 糖尿病について学んでみませんか。

— 国見会場 —

日にち 8月5日(金)、12日(金)、19日(金)
会場 国見農村環境改善センター
申込締切日 7月22日(金)

— 千々石会場 —

日にち 8月31日(水)、9月8日(木)、14日(水)
会場 千々石保健センター
申込締切日 8月19日(金)

時 間 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分

内 容 糖尿病について、栄養のいろは、1日に必要な食事量について
(試食や体験、調理実習などもあります)

対象者 20~64歳の人で、血糖値やHbA1cが気になる人(治療中の人は除く)

参加費 無料

定員 20人

申込方法 電話による申し込み

申し込み、問い合わせ

健康づくり課 ☎38-3111



予防接種を受けましょう

日本脳炎

平成17～21年度の間に日本脳炎の予防接種の機会を逃がした人の接種時期が緩和されました。

平成7年6月1日～19年4月1日生まれの人で、日本脳炎第1期・2期の接種が終わっていない人は、20歳未満までの間、定期予防接種ができるようになりました。

- ・上記生年月日の人で、これまで定期接種ができなかった7歳半～9歳未満、13歳～20歳未満でも接種できるようになりました。
- ・1期接種を全くしていない人は、通常の間隔で接種を受けてください。第1期初回接種・第1期追加接種が不十分な人は、6日以上の間隔をおいて残りの回数の接種を行ってください。
- ・第2期接種は、第1期接種を終えた9歳以上が対象となります。

平成23年度は、3歳の人および小学3年生・4年生で第1期の接種が終了していない人に、個別に通知します。

麻疹・風しん 対象者に高校2年生が追加されました

平成23年5月20日～平成24年3月31日までの間、麻疹および風しん（第4期）の対象者に、高校2年生が追加されました。

ただし、高校2年生の接種は、修学旅行や学校行事としての研修旅行で海外に行くなど、特段の事情がある場合に行い、それ以外の人は、高校3年生で接種するようになっています。

問 子育てサポートセンター

☎36-2500

■ 7月の子育てサロン「ひだまり」

7月の子育てサロン「ひだまり」は、お休みします。

■ 第7期会員養成講座を開きます

子育てサポートセンターでは、子育てのお手伝いをしてくださる協力会員を募集しています。詳しくは、35ページをご覧ください。

■ 7月の子育て支援センターイベント情報（内容が変更になる場合があります）



施設名	イベント	施設名	イベント
国見町 【たいら保育園】 子育て支援センター みるきい ☎78-5655	○ いっしょに遊ぼう 10:00～11:30 ・ 6日(水): モビール作り ・ 7日(木):七夕集会 ・ 19日(火): 水遊び ○ みるきいクッキング 15日(金) 10:00～13:00 スピード簡単クッキング 要予約、300円	小浜町 【小浜保育園】 すくすくルーム ☎76-0117	○ 親子教室: 毎週火・金曜日 10:00～12:00 ・ 5日: 親子クッキング ～お星様サンドウィッチを作ろう～ ・ 15日: 親子ピクニック ・ 19日: 絵本大好き ・ 22日: 親子体操および ベビーマッサージ ○ 身体測定: 毎月第2火曜日
千々石町 【なかよし保育園】 なかよしチャット ☎37-6306	○ お話会: 毎週月曜日 ○ 遊びの広場: 毎週木曜日 9:30～12:00、13:00～15:30 ・ 7日:七夕飾り ・ 14日: お話会 ・ 21日: 色水遊び ・ 28日: 制作または ベビーマッサージ	南串山町 【八幡保育園】 八幡保育園子育て支援センター ☎88-2177	○ イベント: 毎週水曜日 10:00～15:00 ・ 6日: シャボン玉飛ばそう ・ 13日: お手軽クッキング 要予約 ・ 20日: お外で遊ぼう ・ 27日: お水大～好き ○ ヨガ教室: 4・11日(月) 13:15～14:15



皆さんからいただいたご意見を紹介します

毎月、いただいた広報うんぜんへのご意見などの中から、広報班にて抽出し、掲載します。プレゼントの当選とは関係ありません。
また、文章は添削する場合があります。



6月の応募総数は、**24**通でした。

長崎市在住の友人から、「『ながさきスイーツフェスタ』で雲仙茶スイーツを購入したら、とてもおいしかった」とメールがきました。嬉しくなつて電話したら、売り場にいたスタッフの対応が、とても感じが良くて、雲仙市が大好きになったとのこと。「今度、雲仙市内を案内するよ」と言つて、電話を切りました。自分がほめられたようで、その日は、一日ルンルン気分でした。

（浩ちゃんズ 42歳女性）

―ながさきスイーツフェスタの雲仙茶スイーツコーナーは、大好評だったとのこと。こういう風に、雲仙市のことを好きになつてもらえる機会が増えるといいですね。そして、好きになつてもらえると、自分のことのように嬉しいというのも、よくわかります。ぜひ、雲仙市内のいろいろなところを案内してあげてくださいね。

◆ 昨年、（読者プレゼントコーナーで当選し）お米を頂いて、ラッキーな年でした。久しぶりにお便りします。わずかばかりの畑に、じゃがいもを植えていた義父（89歳）に感謝。メークインのおい

しいこと。「南串のじゃがは、味が違う」と言われ、あちこちに少しずつ送つて、喜ばれていきます。わが家に残つた、親指くらのじゃがいもを、茹でたり、煮込んだりして、食しています。じゃがいも、まだまだ元気で、じゃがいも作ってください。

（M・K 57歳女性）

―確かに、市内産のジャガイモは、おいしいと好評のようですが、さらにおじいちゃんの愛情がたっぷり注がれたメークインは、さぞかしおいしかったことでしょう。小さめのジャガイモを、丸のまま煮物などに入れても、おいしいですね。



◆ 「まちの話題」で、知り合いを探すのが大好きです。（広報うんぜん）6月号に、娘の写真があり、娘と一緒に大喜びでした。家族でイベントに出かけるときも、参考にさせてもらっています。まだ小さく、近場しか行けない子どもたちにとつて、イベントに出かけられるのは、とても嬉しいようです。まちの活性化のためにも、いろんなイベントへ参加して、田舎の良さ、雲仙市の良さが広がればいいなあーと思います。

（三姉妹の母 30歳女性）

―広報うんぜんに掲載されたことで、こんなに喜んでいただけると、こちらもとても嬉しいです。ありがとうございます。お子さまたちと、いろいろなイベントに出かけて、楽しんでいただけるよう、なるべくたくさん情報掲載していきたいと思ひますので、これからもご愛読よろしくお願ひします。



◆ 広報紙を見て、初めて、小浜町で咲いている紫色の花が「ジャカラнда」という名前であることを知りました。珍しい名前なので、名前の由来がとても気になりました。どなたかご存知でしょうか？

（いもうと 31歳女性）

―ジャカラндаという名前は、ブラジルでの呼び名から派生した、ポルトガル名にちなむということ。また、散ってくる花びら（ジャカラндаシャワーと呼ぶそうです）を浴びると、幸せになるといふ言い伝えがあるそうですよ。



◆ じゃがいも大好きなわが家でも、毎日いただいています。日本で2番目に生産量の多い

ところに住んで、幸せです。今年も、おいしくて立派な新じゃがを頂き、早速、娘一家に送らせていただきました。

（Y・K 71歳女性）

―日本国内でのジャガイモ生産量が第2位という長崎県の中でも、雲仙市産のジャガイモは、とてもおいしいと評判のようです。日ごろから口にしていて、それがあたりまえのように思ひますが、ほんとに幸せなことですね。



◆ こんな企画があつたなんて！隅々まで読むと、イイことがありますね。今回は、3つもヒットしました。これだけのことをまとめるのは、大変でしょうが、これからもよろしくお願ひします。

（ブルーツ 35歳女性）

―隅々まで読んでいただき、ありがとうございます。プレゼント企画をはじめ、できるだけ多くの皆さんに読んでいただけるよう、これからも頑張つて広報紙づくりに励みたいと思ひます。ちなみに、ヒットした3つの記事とは、何だったのでしょうか。

雲仙ブランド認定 

エタリの塩辛ほか詰め合わせを 4人にプレゼント!

橘湾沿岸地域の保存食として、昔から伝承されてきた「エタリの塩辛」は、スローフード協会国際本部から、希少な食材として認定されています。この「エタリの塩辛」に加え、ほかほかご飯に混ぜるだけの「具だくさんまぜごはんの素(鶏めし)」、新鮮なイワシを使って日本で初めて作った「アンチョビせんべい」、特製タレと混ぜるだけ「ヘルシーうみのもんつくだに」、磯の香り「お手軽あおさ」、「黒糖花いりこ」をセットにしました。

この「エタリの塩辛」ほかの詰め合わせを、ハガキをいただいた人の中から抽選で、4人にプレゼントします。

皆さんからのお便りをお待ちしています

■応募方法■

ハガキに、①氏名(ふりがな)、②年齢、③性別、④住所、⑤電話番号、⑥ペンネームまたはイニシャル、⑦広報うんぜんへのご意見・ご感想や取り上げて欲しい記事・話題、身近に起こった出来事などを書いて、郵送でご応募ください(1人1通まで)。応募締切は、**7月20日(水)当日消印有効**です。なお、当選の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

◎あて先

〒859-1107 雲仙市吾妻町牛口名714番地
政策企画課 広報班
「読者プレゼント」係

■問い合わせ 政策企画課 広報班(☎38-3111)



詰め合わせの内容は、変更となる場合もあります

■商品に関する問い合わせ

株式会社ヤマジヨウ
〒854-0516
雲仙市小浜町富津5014
☎0957-75-0120

※個人情報の取り扱いについては、「雲仙市個人情報保護条例」に基づき、適正に行います。なお、当選者の個人情報につきましては、プレゼント発送のために商品取り扱い事業者に提供しますので、あらかじめご了承ください。

※必要事項が未記入の場合には、プレゼント抽選の対象となりませんので、ご注意ください。

借りたい図書をインターネットで予約

平成23年7月1日正午から、雲仙市図書館ホームページ<<http://www.lib-unzen.jp/>>を使った図書の予約サービス(視聴覚資料)を開始します。

このインターネットを使った予約サービスを利用するためには、①図書館利用者カードと②予約申し込みのためのパスワードが必要です。①と②はどちらも、市図書館や各図書室で作ることができます。ぜひ、ご利用ください。

問い合わせ

- 雲仙市図書館(☎78-3977)
- 瑞穂町公民館図書室(☎77-2125)
- 吾妻町ふるさと会館図書室(☎38-3108)
- 愛野町公民館図書室(☎36-0616)
- 千々石町公民館図書室(☎37-2520)
- 小浜町文化館図書室(☎74-3810)
- 南串山図書室(☎88-3114)



図書ボランティア養成講座開催

市教育委員会では、子どもたちの健やかな成長のために、図書ボランティア養成講座を実施します。

子育てに関心のある人、本が好きな人、どなたでも受講できます。ただし、事前に申し込みが必要です。

申し込み、問い合わせは、生涯学習課(☎37-3113)までお願いします。

日程	開始時間	講師	会場
8/21(日)	13:30～	藤田 浩子	社会福祉協議会国見事務所
9月予定		笹倉 剛	小浜町南本町公民館
10/19(水)	14:00～	豊島 亮子	時津図書館
12/8(木)	13:00～	谷口 由美	国見農村環境改善センター
12/13(火)	13:00～		
3/3(土)	13:30～	二羽 史裕	愛野町公民館

井戸水の衛生管理は大切に

環境政策課

井戸水の衛生管理のため、次の点にご注意ください。

○水質検査を受けましょう

年1回は定期的に水質検査を行い、井戸水の安全を確認してください。

・検査項目は、次の10項目です。

一般細菌、大腸菌、硝酸性窒素および亜硝酸性窒素、塩化物イオン、有機物（全有機炭素の量）、pH値、味、臭い、色度、濁度

・検査費用は、約8,000円です。

*市では水質検査を実施していませんので、専門の検査機関に依頼してください。

○特に乳児には井戸水を飲ませないで水質基準適合の確認をしていない井戸の水を飲まないでください。特に、健康影響を受けやすい乳児には飲ませないようにしましょう。

○井戸の周りを点検しましょう

井戸の周りを清潔に保ち、人畜が入らないように柵などで囲うとともに、汚染源に対する防護措置（ふたなどで覆う）を行ってください。

○市の水道への接続を

水道の給水区域内にある家庭は、市の水道に接続しましょう。

○おかしいと思ったら、すぐに保健所などに連絡を

日ごろから井戸水の濁りや臭い、味や色などの確認を行ってください。いつもと違っていたり、異常を感じたりしたら、すぐに使用をやめて、下記に連絡してください。

問 県南保健所 衛生環境課
(☎0957-62-3288)
環境政策課 (☎38-3111)

人事異動のお知らせ

人事課

○平成23年5月31日付

退職 本田哲士（総務部理事）

退職 和田 実（総務部人事課付参事監）

（ ）内は前任。

吾妻処理区下水道供用区域拡大

下水道課

吾妻町のほぼ全域で接続が可能
早期の接続をお願いします

吾妻地区では、下水道工事が完了した第6期地区に引き続き8月1日付で、川床自治会の一部で供用を開始します。供用を開始した家庭では、下水道への接続が可能になり、水洗トイレが使用できます。

なお、吾妻地区は、下水道区域のほぼ全域で工事が完了し、下水道への接続ができます。まだ接続していないご家庭は、早期の下水道接続をお願いします。接続工事の申請は、市に登録された「指定工事店」が代行しますので、工事店へお問い合わせください。

指定工事店については、下水道課にお尋ねください。

受益者分担金の減免措置があります。

下水道の受益者分担金は、原則20万円ですが、早期接続により10万円～4万円の減免が受けられます。

8月1日から受益者分担金が変わります。

- 平成18年8月1日に供用開始となった地区...160,000円→200,000円
- 平成20年8月1日に供用開始となった地区...130,000円→160,000円
- 平成22年8月1日に供用開始となった地区...100,000円→130,000円
- 平成23年8月1日に供用開始となる地区...100,000円

水洗便所等改造資金の融資制度があります。

限度額100万円の融資制度の利用もできますのでお気軽にお尋ねください。

問 下水道課 下水道管理班
(☎38-3111)

嘱託職員を募集します

生涯学習課

募集職種 文化財調査員（学芸員）

募集人員 1人

勤務地 雲仙市教育委員会

雲仙市歴史資料館 国見展示館

勤務時間 午前8時30分～午後5時15分（7時間45分）

勤務内容 埋蔵文化財発掘調査全般
休暇等

①年次休暇...5日

②休日...土・日、祝日、年末年始

報酬金額 月額 204,700円

社会保険等の共済制度あり

時間外手当および2キロ以上は
通勤手当あり

雇用期間

8月1日～平成24年3月31日

応募資格

①22歳以上65歳未満の人（平成23年4月1日現在）

②学芸員（考古学専攻）の資格を有する人

③パソコン操作（文書作成・表計算など）のできる人

④普通自動車免許を有する人

提出書類 所定の申し込み用紙（問い合わせください）

申込期限 7月15日（金）

採用試験 実技試験・面接試験

実技試験（遺物実測）の道具は持参してください。

試験日 後日連絡

試験会場 雲仙市教育委員会（千々石総合支所）（予定）

申・問

生涯学習課 文化財班

(☎37-3113)

ペットを飼うときのマナー

犬・猫に関する苦情が多発しています！

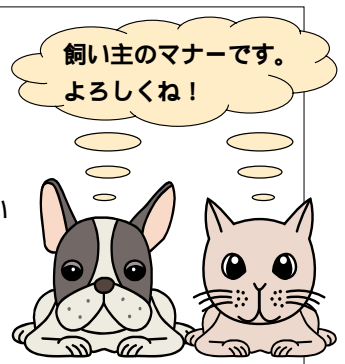
○犬の放し飼いはやめましょう

- ・犬の放し飼いは法律で禁止されています。
- ・散歩をするときも引き綱を必ずつけましょう。
- ・犬をつないでおくときは、敷地内からはみ出さないようにしましょう。

○ペットのふんの後始末をしましょう

- ・散歩の途中でしたふんは必ず持ち帰りましょう。

問 環境政策課 (☎38-3111)



今月の「はあと」障害者巡回相談

福祉課

福祉サービスを利用したいがどうしたらよいか。障害者手帳の取得や障害年金を受給したいが、申請の仕方がわからない。将来のことが不安……など、お気軽にご相談ください。

日時 7月11日(月)

午前10時～午後3時

場所 瑞穂町公民館 1階和室

相談は無料で、予約の必要はありません。また、秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

問 福祉課 障害福祉班(☎36-2500)
障害者相談支援事業所「はあと」
(☎36-3850)

発行業務窓口が変更されました

市民安全課

自動車臨時運行許可証発行業務 (仮ナンバー発行業務)

雲仙地区自家用自動車協会(愛野町)で取り扱っていた、自動車臨時運行許可証発行業務(仮ナンバー発行業務)は、本年6月1日から、市役所市民安全課(吾妻町)で行うことになりました。

問 市民安全課(☎38-3111)

あなたの意見を求めます!

市民安全課

市では、交通安全対策基本法に基づき「第9次雲仙市交通安全計画」を策定します。

交通安全計画は、平成23年度から平成27年度までの5カ年間の交通安全に関する施策の大綱を定めたものです。市民皆さまの貴重な意見をお待ちしています。

募集期間 7月1日～7月29日

計画書

市役所(市民安全課)および各総合支所(市民生活課)に備え付けますのでご覧ください。

問 市民安全課(☎38-3111)

雲仙市金婚夫婦表彰者を募集

福祉課

今年、結婚50年目を迎える金婚夫婦を祝福し、さらに仲むつまじく、お健やかにという願いを込めて、9月開催予定の祝賀式で、祝賀状と記念品を贈呈します。

表彰式の日程などは、応募期間終了後、応募されたご夫婦へ案内します。

対象夫婦 市内に住所を有し、昭和36年1月1日～12月31日までに結婚された夫婦

応募期限 7月15日(金)まで

応募方法 福祉課、市民窓口課または各総合支所市民生活課に備え付けの「雲仙市金婚夫婦申込書」に必要事項を記入の上、提出してください。

長崎新聞金婚夫婦表彰者も同時に募集します。

問 福祉課高齢者福祉班(☎36-2500)

第7期会員養成講座のご案内

子育てサポートセンター

子育て中の親子の“ちょっと困った”を助ける手伝いをしていただく、協会会員のための会員養成講座を開きます。子どもが好きな人、空いた時間で自分の力を生かしてみたいと思っている人の参加をお待ちしています。(託児あり)

日時 午前9時～午後4時30分

- 7月7日(木) 千々石公民館
保育の心、身体の発達と病気
- 7月14日(木) 千々石保健センター
救急救命講習、子育てを取り巻く環境
- 7月21日(木) 千々石公民館
心の発達とその問題、安全・事故
- 7月28日(木) 千々石保健センター
子どもの世話・遊び、小児看護の基礎知識

原則は4日間全ての受講ですが、可能な日のみの参加でもOKです。

申・問

雲仙市子育てサポートセンター
(☎36-2500)

国民年金保険料の免除・猶予制度

市民窓口課

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除や猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」があります。

保険料の免除や猶予を受けず保険料が未納の状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

受付開始日 7月1日から

免除・猶予対象期間

平成23年7月中に申請する場合は、平成22年7月から平成23年6月分までの前サイクル分についても申請することができます。その場合は、申請書を2枚提出してください。

申請・問

- ・諫早年金事務所 国民年金課
(☎0957-25-1666)
- ・市民窓口課 国保年金班
(☎38-3111)
- ・各総合支所 市民生活課

就職したい人を応援します

商工労政課

雲仙市就職支援相談事業

「就職活動不安だらけ、どうやって活動したらいいんだろう...」「どんな仕事が向いているんだろう...」「ハローワーク(公共職業安定所)の利用方法がわからない...」と就職に関して悩んでいる皆さん、専門家によるアドバイスが受けられますので、お気軽にご相談ください。

日時 7月28日(木)

- ①10:30～11:20 ②11:30～12:20
- ③13:30～14:20 ④14:30～15:20
- ⑤15:30～16:20 のいずれか

場所 愛野町公民館

相談 1人約50分(電話予約制)

対象 雲仙市内在住または雲仙市へUJIターン希望者

予・問 商工労政課(☎38-3111)

お知らせ

反射材 つけて輝く 身の用心

7月11日、20日

夏の交通安全県民運動

次の3項目を重点に、広報啓発活動などが実施されます。

○高齢者の交通事故防止

○飲酒運転の根絶

○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

問 市役所 市民安全課

☎0957(38)3111

中小企業経営者のみなさんへ

「長崎県中小企業再生支援協議会」では、事業再生に詳しい専門家が、企業からの相談を受け、解決に向けた適切なアドバイスをしています。また、必要に応じて、金融機関との調整や再生に向けた、計画書づくりをお手伝いしています。お気軽にお電話ください。

問 長崎県中小企業再生支援協議会

☎095(811)5129

最低賃金引き上げに向け
中小企業へ支援します

中小企業相談支援事業

最低賃金の引き上げにより大きな影響を受ける中小企業に、経営面と労務管理の双方の相談に対応する、無料相談窓口を設置しました。

○長崎県最低賃金総合相談支援センター（長崎市）

○県央最低賃金相談支援センター（7月より開設 諫早市）

業務改善助成金制度

事業所内の最も低い時間給を

計画的に800円以上に引き上げる中小企業に対して、賃金引上げによる業務改善のための経費の2分の1（上限百万円）を支援します。

問 長崎労働局賃金室

☎095(801)0033

6月、8月は

農業危害防止運動月間です

県では、期間中、農業事故を防止する運動を実施しています。

県内でも、例年、農業に関する何らかの事故が発生しています。農業を使用する際は、適正

な使用を心がけましょう。

問 長崎県病害虫防除所

☎0957(26)0033

島原振興局雲仙地域普及課

☎0957(63)0462

ストップ！農作業事故！

県内では、ここ数年、農作業による死亡事故が多発しています。事故原因の約半数が、高齢者によるトラクターなどの農業機械の運転操作の誤りによるものです。農作業事故をなくすために、安全作業を心がけましょう。

問 長崎県 農業経営課

☎095(895)2931

特定不妊治療費助成のお知らせ

県では、不妊治療（体外受精・顕微授精）にかかる費用の一部を助成しています。平成23年度から初めて助成を受ける人は、

初年度目に限り、3回まで申請

ができるようになりました。

助成限度額 1回の治療につき

15万円（1年度目は3回まで、

2年度目以降は2回までで、

通算5年度、10回まで）

詳しくはお尋ねください。

申・問 県南保健所地域保健課

保健福祉班

☎0957(62)3289

募集

国民宿舎望洋荘臨時職員

業務内容 フロント、事務・運

転・営繕業務

雇用期間 8月1日～平成24

年3月31日

募集人員 若干名

勤務内容 週5日程度勤務（健

康保険、厚生年金、雇用保険

あり）

勤務時間 1日8時間程度（土

日勤務あり）

賃金 時給 680円

応募資格 市内に住所を有する

18歳以上65歳未満の人、普通

あなたの体力年齢は？

体力年齢測定会



日時 7月13日(水) 朝の部：午前10時～正午
夜の部：午後8時～10時

場所 雲仙市吾妻体育館アリーナ

対象 20歳～79歳の成人男女

参加費 無料

申し込み 前日までに、吾妻体育館（☎0957-38-3100）へ申し込んでください。

内容（朝の部も昼の部も内容は同じです）

●（20歳～64歳）握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・20mシャトルラン

●（65歳～79歳）握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

万一事故が発生した場合は、レクリエーション保険と応急処置で対応しますが、それ以外の責任は負えません。

問 市教育委員会スポーツ振興課 ☎0957-37-3113

7月24日(日)正午で、テレビのアナログ放送は終了します。地デジの準備を急ぎましょう！



でんわ急げ！
デジサポへ



ご相談は、デジサポ長崎へ
☎095-804-5500

2m以上の

精霊流しには 道路使用許可が必要です

道路使用許可申請について

- ①使用許可申請 ②使用手数料(2,400円)
③説明会受講

道路使用の内容	①	②	③
全長2m以上の船を流すため使用	○	×	○
全長2m未満の船を流すため使用	×	×	×
やむを得ず製作・一時保管のため使用	○	○	×

花火を使用する場合は、上記に関わらず必ず説明会に参加してください。

申請先 雲仙警察署交通課(小浜町)
雲仙北交番窓口(国見町)

受付期間 7月19日(火)～8月5日(金)
平日午前9時～午後5時

提出書類 道路使用許可申請書、運搬経路図、
参加者名簿、船体図(各2部)
許可書は、雲仙警察署のほか、最寄りの交番
や駐在所にあります。

精霊船の大きさの制限

全長 10m以下(胴長7m以下)
全幅 2.5m以下
高さ 3.5m以下(担ぎ上げた場合も含む)

精霊流し説明会

日時・場所 8月12日(金)
午前10時～ 雲仙北交番
午後3時～ 小浜町南本町公民館

問 雲仙警察署交通課(☎0957-75-0110)

自動車免許

受付期限 7月19日(火)

選考方法 面接

選考日 応募者に別途通知

申込方法 望洋荘、観光物産ま

ちづくり推進課または各総合
支所に備え付けの申込書で申
し込んでください。

問 国民宿舎 望洋荘

☎0957(74)3141

島原地域広域市町村圏組合

事務局職員(一般事務)募集

採用予定人員 若干名

受験資格 高校卒業程度の学力
を有する者で、昭和57年4月

2日以降に生まれた者

第一次試験日・場所・内容

9月18日(日) 島原市有明総合

文化会館 学力試験

受付期間 7月15日(金)～8月15

日(月)

申込方法 申込用紙は、組合事

務局にあります。必要事項を
記入し、写真を貼った申込書、
受験票を提出してください。

問 島原地域広域市町村圏組合

事務局総務課

☎0957(61)9100

平成23年度 自衛官等募集

募集種目 ①航空学生 ②一般

曹候補生 ③自衛官候補生

(男子)④自衛官候補生(女子)

受験資格 ①は高卒(見込み含

む)以上21歳未満の人 ②③

④は18歳以上27歳未満の人

第一次試験日 ①9月23日(金)

②9月17日(土) ③受付時連絡

④9月25日(日)～28日(水)

受付期間 ①②④8月1日(月)～

9月9日(金) ③年間通じ募集

問 募集コールセンター

☎(0120)063792

九州芸術祭文学賞作品を募集

第43回九州芸術祭の一環とし
て、第42回九州芸術祭文学賞の
作品を募集します。

原稿締切 8月31日(水)(必着)

詳しくは、お尋ねください。

問 財団法人九州文化協会

☎092(771)0188

むよおし

ひきこもり家族教室(無料)

日時【全6回】

7月27日(水)～12月21日(水)

午後1時30分～4時まで

場所 県南保健所

対象 約6カ月以上、学校や職

場に行かず自宅に、ひきこも

申込期限 7月8日(金)

申・問 県南保健所 地域保健課

☎0957(62)3289

すみれ会パーキンソン仲間集い

パーキンソン疾患に関連する

人とその家族を対象に、情報交

換やリハビリ体操を行います。

(無料)

日時 7月25日(月)

午後1時30分～3時30分

場所 愛野町公民館

問 すみれ会

☎0957(77)2707

島原市医師会看護学校

オープンキャンパス

日時 7月31日(日)、8月7日(日)

午前10時～午後1時

場所 島原市医師会看護学校

問 島原市医師会看護学校

☎0957(65)0730

ふれあいの村 のご案内

「惜梅亭(茶室)や会議室を
利用してみませんか!
陶芸業務は終了しました。

問合せ 雲仙市教育委員会 ふれあいの村
☎0957(75)0376

視覚障害者の生活訓練

【点字訓練】(参加無料)

期日 7月14日(木)、20日(水)

場所 小浜老人福祉センター

時間 午前10時～正午

午後1時～3時(交流会)

【パソコン教室】

毎週金曜日の午前中に行つて

います。詳しくは、お問い合わせ

ください。

【広報うんげんのCD音訳版】

「広報うんげん」の内容をC

Dに録音し、視覚障害のある人

に無料で配布しています。希望

者は、ご連絡ください。

問 福祉課 障害福祉班

☎0957(36)2500



国際交流員 キム ウンスク 金 銀淑さんの

スクさんの日々 vol.2



参鶏湯 삼계탕(サムゲタン)



夏 여름(ヨルム)

ヨロブン アンニョンハセヨ。(皆さんこんにちは)

そろそろ暑い夏がきますね。新緑を奥深く感じ、肌に当たる風が温くなるのを感じています。私は、暑い季節がすぐ苦手です。そして、九州の夏は、すぐ蒸し暑いと聞きましたので、心配です。しかし、暑い夏にしか楽しめないこともたくさんあるので、雲仙市に来て初めての夏を体いっぱい感じたいと思います。また、韓国では、夏に鶏と朝鮮人参を煮込んだ「サムゲタン(参鶏湯)」を作って、汗をかきながら熱いうちに食べます。夏の暑さに疲れた体を熱い「サムゲタン」で元気にします。「サムゲタン」は、すぐくまろやかでやさしい味の料理です。

雲仙市の皆さんは、暑い夏をどんな方法でしのぐのですか？

私は先日、橘神社に行ってきました。雲仙市の皆さんの暑い夏をしのぐ方法は、雄大な自然と一緒に過ごすことではないかと思いました。橘神社は、鮮やかな緑に囲まれて、やさしい風が吹いていました。そして、千々石川の綺麗な川の水と、綺麗に整備されている橘公園。私も今年の夏は、千々石川に足をを入れて、景色を見ながら、暑さを楽しみたいと思いました。

雲仙市で迎える初夏。私の胸は、すぐドキドキしています。



会場の様子

花が一堂に集まる展覧会を通じて、押し花のすばらしさを周知しながら、観光客の増加や交流人口の拡大につなげていきたいものです。



姉妹都市 クレグン

韓国求礼郡から、アンニョンハセヨ

〔第10回大韓民国押し花大展〕
4月19日から5月8日までの20日間、求礼郡農業技術センター押し花展示館で、第10回大韓民国押し花大展が行われました。
この押し花大展には、3月2日から8日までの7日間の公募期間に、総計645点(国内435点、国外210点)が出品されました。その中から324点(国内259点、国外65点)が選ばれ、受賞作品を押し花展示館に展示しました。開催期間中は、『小さな春の花祭り』や『農産物と芸術の出会い市場』などのイベントが同時に開催され、展示館には、7万人以上が訪れました。
この押し花大展を、来年も引き続き開催し、韓国国内唯一の押し花展示館を観光名所にすると同時に、世界の押し花が一堂に集まる展覧会を通じて、押し花のすばらしさを周知しながら、観光客の増加や交流人口の拡大につなげていきたいものです。

有明フェリー
お得情報!!



車輦
限定

3m未満

1,000円

5m未満

1,900円

4m未満

1,500円

6m未満

2,200円

土曜・日曜・祝日限定
夏の特別運賃!!
8月28日迄
(8/13・14除く)

- 全長6m未満の車輦に限りです。
- 現金でのお支払いに限りです。
- 同乗者については通常運賃です。
- バイク・サイドカーは対象外です。
- 他の割引との併用はできません。

多比良港

⇄ 長洲港

有明フェリー 多比良港
tel 0957-78-2100

(広告)



市長コラム

▼全国市長会に、2年ぶりに出席した▼分科会においては、それぞれの担当での意見を持ち寄り、成案へと練り上げて行く。当然、各地での状況も格差があり、財源を始め、人口や規模、歴史、その他それぞれの事情も異なるが、それらの中核となるものは、ほぼ均一である▼地

全国が力を合わせ、日本復活へ

域主権を標榜される政府に対して、市長会として統一して要望する項目を整理していく。その過程を共有する事で、連帯感を持つ。久しぶりに楽しかった▼最後の、全員が集まる総会では、被災地の東北地方を代表して、奥山仙台市長が現状報告と寄せられたお見舞いへのお礼とを述べられ、最後にこう結ばれた。『これからは、日本復活のために、自粛や祭りの中止ではなく、活発な活動を全国で展開して欲しい。それが、被災地の応援にも繋がっていく』と▼日本全体が、この災害を痛みとして共有しながら、もう一度、復活を期して力を合わせる時だと思う。

子どもに関する電話相談
 市教育委員会「親子ホットライン」
☎0120-967-947
 (フリーダイヤル)
 市福祉事務所「家庭ホットライン」
☎0120-928-471
 (フリーダイヤル)
 県教育委員会「いじめ相談ホットライン」
☎0570-078-310
 ※PHS、IP電話からはつながりません

7月健康テレホンプログラム

- 月 酸素ボンベを持ち歩かなければならなかったら
- 火 自宅でできるリハビリ
- 水 夏の子どもの事故
- 木 蜂に刺されたときの対処法
- 金 災害とPTSD
- 土日 高齢者の頻尿

フリーダイヤル ☎ 0120-555-203
 ※フリーダイヤルへは、携帯電話からの通話ができます。
 ※午前9時から翌朝午前9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。
 長崎県保険医協会

うんぜん健康レシピ

かまほぐり



栄養価
(1個分)

エネルギー	たんぱく質	塩分
69 kcal	1.3 g	1.5 g

材料 (10個分)

さつまいも……………300g
 そば粉……………50g
 きな粉……………10g
 砂糖……………20g
 塩……………少々

★注意★

そば粉が入っていますので、そばアレルギーの人には食べさせないでください。

つくり方

- ①さつまいもは、皮をむいてゆでる。ゆで汁はとっておく。
- ②ゆであがったさつまいもをつぶす。
- ③つぶしたさつまいもが熱いうちに、そば粉と①でとっておいたさつまいもの煮汁を適量加え、弱火で煮る。
- ④③が冷めたら、好みの形にまとめる。
- ⑤最後に、きな粉と砂糖と塩を混ぜたものをまぶしたらできあがり。

◎ポイント◎

かまほぐりは簡単にできて腹持ちが良く、南串山町の郷土料理として伝えられています。

雲仙市食生活改善推進員連絡協議会南串山支部

任意整理・過払金返還請求!

消費者金融等と約10年以上の取引がある方・
 消費者金融等の借金を完済した方は

相談無料

秘密厳守



西九州総合法律事務所
 佐賀県弁護士会所属
 弁護士 福田 大志

完済した方は自己負担金ゼロ!

取り戻した過払金の中から成功報酬をいただくのみです。
 詳しくはお電話、またはブログをご覧ください。

<http://fukuda-hiroshi.seesaa.net/>

西九州総合法律事務所



要電話予約

☎0954-27-8056

受付/ (月~金) 9:00~12:00 13:00~18:00
 佐賀県武雄市武雄町大字武雄5650-26

7月8月 うんぜん ぐらしのカレンダー

●の対象者には、通知を送付しています。
●午前の相談（受付/9:30～10:30、対象/H22.7～H23.2生）は参加自由。午後の対象者には、通知を送付しています。

1(金)	●赤ちゃん健康相談 国見農村環境改善センター（国見地区）
2(土)	
3(日)	
4(月)	●行政相談 9:00～12:00、国見総合福祉センター、稲本行政相談委員
5(火)	●行政相談 9:00～12:00、瑞穂町公民館、城行政相談委員 ●赤ちゃん健康相談 小浜老人福祉センター（小浜・南串山地区）
6(水)	●行政相談 13:00～16:00、小浜総合支所、中村行政相談委員
7(木)	●赤ちゃん健康相談 千々石保健センター（愛野・千々石地区）
8(金)	
9(土)	●アジアの風 ～アジア各国のトップアーティストの競演！～
10(日)	
11(月)	●夏の交通安全県民運動（～20日） ●遺言・契約等法律相談所 13:00～16:00、愛野公民館（要予約：市民窓口課☎38-3111）
12(火)	●行政相談 13:00～16:00、千々石総合支所、中瀬行政相談委員 ●赤ちゃん健康相談 瑞穂町公民館（瑞穂・吾妻地区）
13(水)	●行政相談 13:00～16:00、吾妻老人憩いの家、荒木行政相談委員 ●行政相談 13:00～15:00、南串山総合支所、本田行政相談委員 ●3歳児健康診査 千々石保健センター（愛野・千々石地区）
14(木)	●献血 9:00～11:00、12:20～16:00、愛野保健福祉センター ●人権擁護委員によるよろず相談所 9:00～12:00、愛野町公民館
15(金)	●行政相談 13:30～16:00、愛野保健福祉センター、田尻行政相談委員
16(土)	
17(日)	
18(月)	

19(火)	
20(水)	●小・中学校 1学期 終業式
21(木)	●2歳児親子歯科健康診査 愛野保健福祉センター（愛野・千々石地区）
22(金)	●3歳児健康診査 国見農村環境改善センター（国見地区）
23(土)	●第6回 雲仙市民スポーツ大会総合開会式
24(日)	
25(月)	
26(火)	●1歳6か月児健康診査 吾妻町ふるさと会館（瑞穂・吾妻地区）
27(水)	
28(木)	●3歳児健康診査 南串山保健福祉センター（小浜・南串山地区）
29(金)	
30(土)	●第6回 雲仙市民スポーツ大会（前期）
31(日)	●第6回 雲仙市民スポーツ大会（前期）
8/1(月)	●行政相談 9:00～12:00、国見総合福祉センター、稲本行政相談委員 ●行政相談 9:00～12:00、瑞穂公民館、城行政相談委員
2(火)	●赤ちゃん健康相談 愛野保健福祉センター（愛野・千々石地区）
3(水)	●行政相談 13:00～16:00、小浜総合支所、中村行政相談委員 ●赤ちゃん健康相談 吾妻町ふるさと会館（瑞穂・吾妻地区）
4(木)	
5(金)	
6(土)	
7(日)	

人のうごき（5月末）

- 人 口：48,457人（前月比 -53人）
男性：23,005人 / 女性：25,452人
- 世帯数：16,750世帯（前月比 +7世帯）

今月の税

- 固定資産税（2期）：納期限は8月1日（月）です
- 国民健康保険税（1期）：納期限は8月1日（月）です

休日在宅当番医

■当番医 診療時間：9:00～17:00 ■当番歯科 診療時間：9:00～12:00

当番医	電話番号	所在地	当番医	電話番号	所在地	当番医	電話番号	所在地
7月3日			7月17日			7月24日		
長田医院	77-3622	瑞穂町	安藤病院	38-2152	吾妻町	愛野記念病院	36-0015	愛野町
木戸医院	74-2046	小浜町	菅医院	74-2457	小浜町	馬場医院	73-3666	小浜町
徳永歯科医院	78-3105	国見町	末吉歯科	68-0150	島原市	森元歯科クリニック	68-0017	島原市
前川歯科医院	82-2255	南島原市	入江歯科医院	82-1717	南島原市	菅歯科医院	85-2045	南島原市
7月10日			7月18日			7月31日		
よこた医院	77-2000	瑞穂町	有明保養院	36-0153	愛野町	松本医院	36-0053	愛野町
泌尿器科・皮膚科・菅医院	88-3151	南串山町	城代医院	37-2032	千々石町	ひらゆ医院	74-5833	小浜町
小嶺歯科医院	78-2366	国見町	松本歯科医院	68-3872	島原市	松井歯科医院	68-0011	島原市
高橋歯科医院	82-8852	南島原市	川島歯科医院	84-2061	南島原市	本多歯科医院	85-3550	南島原市

変更になる場合がありますので、電話連絡後、受診してください